

# Erfolgserlebnisse für alle Kinder: Gleiten, Rollen, Fahren

In diesem Fallbeispiel im Schneesportlager einer 7. Sekundarschulklasse ist Laura mit dem Snowboardfahren überfordert und gibt nach erfolglosen Tagen weinend auf. Der Lösungsvorschlag wirkt radikal, passt sich aber in erster Linie den Voraussetzungen der Schülerin an.

## Ski oder Snowboard



Als der Klassenlehrer den Anfänger/-innen zur Auswahl des Sportgeräts zwei Videoausschnitte zeigte, sah Snowboarden viel cooler aus als Skifahren. Nun sitzt Laura mit ihrem Snowboard seit einer Woche am Anfängerhügel. Ihr Gesäss ist nass und die Arme schmerzen. Einmal glitt sie wenige Meter, die Kurve schaffte sie aber noch nie.

Die Ski-Anfänger/-innen wechselten bereits am ersten Nachmittag auf die blaue Piste und kennen mittlerweile viele der 27 Bergbahnen. Nach einem weiteren schmerzhaften Sturz auf die Arme, wirft sie frustriert ihr Snowboard in den Schnee und läuft weinend zum Lagerhaus.

---

## Lösungsvorschlag – Vielfältige Aktivitäten



In fünf Wochen gehen wir nach Davos ins Schneesportlager. Recherchiert in 3er-Gruppen im Internet welche Schneesportaktivitäten dort angeboten werden. Oder habt ihr eigene kreative Ideen, die im Schnee umgesetzt werden können? Erstellt eine möglichst umfangreiche Liste. Im Anschluss präsentieren wir einander unsere Vorschläge.

---

### Tipps

- Nicht wenige Schüler/-innen sind im Schullager zum ersten Mal in den Bergen und kennen solche Schneemassen nur aus dem Fernseher. Die Chance möglichst viele Kinder und Jugendliche für Wintersport zu begeistern steigt, wenn vielfältige Aktivitäten geboten werden. Möglichkeiten sind Schneeschuhwandern, Schlitteln, Schlittschuhlaufen, ein Iglu bauen, kleine Spiele im Schnee oder eine Fackelwanderung unter dem Sternenhimmel. [Gesammelte Ideen auf dieser Seite](#).
- Insbesondere für koordinativ schwächere Schülerinnen und Schüler ist Skifahren deutlich leichter zu lernen als Snowboarden. Während beim Snowboarden bereits das Anziehen der Bindung und Aufstehen zur Herausforderung wird, stützen sich Skifahrer/-innen stehend an den Stöcken und treten in die Bindung ein. Schnell sind erste Stemmbögli geschafft. Für das Gleichgewicht und zum Angeben sind die Stöcke immer zu Hand.

---

### Quellen des Selbstkonzepts

- **Vielfältige Anforderungen stellen:** Die Vielfalt Schweizer Wintersportgebiete nutzen und dadurch mehr Schüler/-innen für Wintersport begeistern.

- **Aufgabenstellungen den Voraussetzungen anpassen:** Insbesondere leistungsschwächeren Anfänger/-innen nur Ski erlauben, da andernfalls Erfolgserlebnisse ausbleiben.

---

## Weitere sportliche Aktivitäten

- **Rutschbahnwettkampf:** Wer gleitet am schnellsten die Wasserrutschbahn runter? Über einen längeren Zeitraum Techniken üben, Zeit stoppen und benoten. Etwas Übergewicht kann sogar von Vorteil sein.
- **Schlittschuhfahren:** Anfänger/-innen lernen schneller mit Eiskunstlaufschuhen, falls sie sich überzeugen lassen, solche zu tragen.

---

Quelle: Rafael Bühlmann, Sportlehrer, Gründer FunFit, J+S-Experte Schulsport



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**